

清明螺 赛只鹅



螺蛳，江南水乡最平常不过的菜肴，一年四季都有，几元钱就能买上一盘，儿时河边玩耍，顺手也能摸到一兜。清明前后，积攒一身肥膏的螺蛳，趁着大好春光打算孕育下一代，这个时候螺肉特别肥美，也正是食用螺蛳的最佳时节，因此民间也有“清明螺 赛只鹅”的谚语。

记者 孙美星 实习生 夏静

田螺大螺蛳小 清明前后特别美味



记者 呈增芳 摄

螺蛳，宁波人习惯叫螺蛳。螺蛳主要生长在河流湖泊里，和长在水田里的田螺不同，螺蛳个头小，肉也更嫩。清明前后的螺蛳为何特别肥美？宁波烹饪大师薛洪波介绍，春天是螺蛳繁殖的季节，这时候的螺蛳肉特别肥，甚至有膏，再往后螺蛳里开始有

小籽，肉也会变瘦，就不好吃了。

与螺蛳相比，田螺个头大，肉比较老，一般需要长时间红烧。也有做法是挑出螺肉来烹饪，或是和猪肉混合加入田螺后再塞进田螺壳里烹煮，也有独特的鲜味。

民间有“清明螺 赛只鹅”的说法，这来源于过去穷、买不起鹅的人家，每到清明前后就下河塘摸盆螺蛳，用清水养两天，然后夹去尾端，放点葱姜辣椒煮熟，肥美的螺蛳也能抵得上鹅肉的鲜美。

在古今诗词中，人们常把青山喻作青螺，唐代刘禹锡诗中有云“遥望洞庭山水翠，白银盘里一青螺”，此句被名人骚客引为经典。明代高启更有“五斛青螺一日销，迷楼深贮万妖娆”的诗句，把美女的高髻比作青螺，而“五斛青螺一日销”说的是清明时节螺蛳特别好卖，日销五斛。

青螺蛳降火是上品 东钱湖水清螺蛳最美味

宁波本地的螺蛳以东钱湖的最为有名，钱湖四宝之一的“钱湖之吻”，说的就是东钱湖里的螺蛳。东钱湖水清澈，这里产的螺蛳品质也特别好，螺蛳的壳特别薄，颜色比普通的偏青。吃螺蛳时，最好用食指与拇指捏住，用嘴轻轻一吸，那美味的螺肉即入口，因为吃螺蛳的时候常常用嘴对着螺蛳壳吸，“钱湖之吻”的美名因此而来。

在四明山地域，还有一种特有的小溪

螺——青螺蛳，也是螺蛳中的上品。这种螺蛳个头比普通螺蛳小，普通的螺蛳生长在有淤泥的地方，螺蛳壳都是黑褐色的，青螺蛳长在清澈的小溪里，不但壳身泛着淡淡的绿色，内脏和肉也呈灰绿色。鄞州区餐饮协会会长孔锡忠介绍，青螺蛳原料独特，做法同样有讲究，即使最简单的水煮也能得其真味，青螺蛳用开水一煮放点盐，鲜味十足，夏天喝一口透着略微青色的螺蛳汤，还有清凉降火的功效。

烧螺蛳葱姜少不了 酱爆上汤都不错

“螺蛳是寒性食物，烹饪的时候最好加上生姜、辣椒，去腥还能去寒，烧螺蛳的时候可以放一些糖和醋，让口味更丰满，也能去除腥味。”薛洪波说，螺蛳烹制方法很多，最常见的是酱爆，加葱头和五香八角一起炒，鲜味浓烈，此外上汤螺蛳也是一道美食。

烹饪螺蛳，还有种做法是与刚上市的春笋切成笋丁或笋片加在一起，味道更鲜美了。早在宋代，曾巩就在《南湖行》中写道：“断瓶取酒饮如水，盘中白笋兼青螺。”由此可见春笋和螺蛳的搭配有悠久的历史。

吃螺蛳也要有些技巧，功夫不到吸不到螺肉，用牙签挑是入门级的，用筷子往里一顶，把螺肉塞紧，也更容易吸。螺蛳口有块盖，把它吸到嘴里，容易贴在舌上不容易取下来，那种像卡了鱼刺的感觉，是不少食客儿时品螺蛳的难忘记忆。

挑螺蛳有讲究，薛洪波介绍一个窍门，要看一批螺蛳肥不肥，不妨随意取一个螺蛳把壳砸开，如果肉饱满就是好螺蛳，如果一汪水则说明螺蛳品质不高。

跟着大厨学做螺蛳菜肴

中国烹饪大师、甬上名厨戴永明在《宁波海鲜和宁波菜》一书中，介绍了两种螺蛳和田螺的做法。

●拌螺蛳肉

制作：1.将螺蛳（1500克）焯水，挑出螺蛳肉，去掉根部肠子，洗干净；
2.螺蛳肉放入碗中，加葱末、姜末、黄酒、酱油、麻油拌匀，装盘即成。

●雪卤烧田螺

制作：田螺（100克）洗净焯水，放入锅中，加黄酒、雪菜卤、葱、姜（拍裂）、水、盐，烧开后用小火烧至成熟，加入味精。

宁波烹饪大师薛洪波介绍了上汤螺蛳的做法。

●上汤螺蛳

主料：螺蛳
配料：上汤、酱油、泡椒、葱、姜等
制作：1.螺蛳洗净沥干、焯水，焯水的目的是使得螺蛳盖脱落，吃起来更方便；
2.另起锅，放入少许肥肉熬猪油渣，

加入泡椒、蒜末煸炒一下，出香味即可；
3.加入由大猪腿骨和鸡熬制成的上汤，放螺蛳、盐等调料，把螺蛳烧开；
4.螺蛳起锅装盘，表面放几片姜片，把少许咖喱放入160℃左右的油锅熬，然后淋在螺蛳上。这道菜的特点是汤汁浓郁，螺蛳肥美，略带酸香。

在《四明山区农家乐部分传统特色菜肴简介》一书中，也收录了四明山区螺蛳的做法。

●笃螺蛳

主料：螺蛳
配料：酒、酱油、糖、葱、姜
制作：1.将螺蛳用清水养过，鳃去底部洗净；
2.锅内放油至六成热时，放下螺蛳翻炒几下，放酒、酱油、姜片、糖，加水烧开（此时不要翻动），大约2至3分钟螺蛳熟时，放葱加明油一翻即成；

特点：口味鲜美，营养丰富，价廉物美，是人们喜爱的传统家常菜。

宁波职业经理人活动日下周六举行 将发布宁波职业经理人发展报告

商报讯（记者 殷浩）由宁波职业经理人协会和本报联合主办的优秀职业经理人评选系列活动正在如火如荼地推进中。根据活动方案，下周六将举行“宁波职业经理人活动日”活动，会上将发布评选结果，并发布最新的宁波职业经理人发展报告。这将是国内首个专门为职业经理人设置的“活动日”。

活动主办方之一的宁波职业经理人协会负责人告诉记者，经过讨论沟通，已决定在每年4月的第二个周六成为宁波职业经理人“活动日”，专门为职业经理人打造一个交流互动的平台，提高职业经理人的业务水平，沟通资讯，传递政策，并进行相关评选表彰活动。今年的职业经理人活动日将邀请和吸引宁波职业经理人协会的主要会员、相关主

管部门负责人、院校专家学者、媒体记者和大学生、“明日甬商”创业之星等群体参会。

即将到来的首个宁波职业经理人活动日，将发布2013年宁波职业经理人发展状况及2014年职业经理人发展趋势报告，启动“宁波经理人大讲堂”，并表彰一批先进的职业经理人和企业家。同时，活动当天还将举行“新晋创业社团与创业导师结对”仪式，让事业有成的企业家或者职业经理人为创业团队进行定向持续的指导，促进更多创业群体走向成功。

目前，“2013宁波市十大杰出职业经理人”和“2013宁波最受职业经理人尊敬的企业家”评选活动正在持续开展中。活动组委会已经收到了自荐、推荐的人选近百人。组委会将在下周组织专家团，根据评选标准进行评定，并在活动日当天进行表彰。

光伏行业复苏回暖

东方日升一季度 盈利同比预增 31%至 57%

聚焦 宁波上市公司

商报讯（记者 王婧）昨天，东方日升发布年报称，公司2013年实现营业收入21.64亿元，同比大幅增长112.98%，净利润实现7565.27万元，同比增长115.73%。公司预计一季度业绩继续提升，幅度同比可至少增长三成。

东方日升表示，报告期内，公司加强行业宏观形势研判，把握市场格局变化方向，提出“二次创业”口号，快速推进了“年产300MW太阳能电池生产线技术改造项目”完工并达产，有序推动海外光伏电站出售，将电站发展重心转移至国内市场，利用公司平台实施资源整合，全年整体实现公司的营业收入和净利润的较快增长。

此外，针对今年一季度业绩，公司初步预计可实现盈利1000万元~1200万元，同比增长31.18%~57.41%。预计非经常性损益对净利润的影响金额约为205万元，主要为公允价值变动损益和政府补助造成。扣除非经常性损益后的净利润预计为795万元至995万元。

公司表示，今年一季度光伏产品的销售收入有增加，同时由于公司高新技术企业需重新认定，适用的所得税率出现变动导致递延所得税资产增加，应缴所得税金额减少。

证券业内人士分析表示，在政策的大力支持下，光伏行业步入复苏回暖的通道，供需正趋向平衡，组件业务出货量快速增加，盈利能力显著提升，而且欧洲光伏电站运营模式已经成熟，国内光伏电站建设也启动在即，将成为光伏企业未来业绩弹性最大的一部分。不过也要注意防范光伏电站开发进程风险、产品下跌风险等。

植村秀 shu uemura 入驻银泰百货鄞州店

植村秀纤变墨画眼线液和植村秀樱花轻肤洁颜油全新上市



欣然介绍，“shu uemura 位于宁波银泰百货鄞州万达店的这家专柜摩登而时尚，我们将以完美的产品、独特的理念和国际前沿的妆容风尚，为宁波及周边时尚人士带来开放式专柜体验和 shu uemura 专属品质服务。”

全新产品 预览体验

媒体沙龙环节，除

近日，大师级专业美妆品牌 shu uemura 植村秀优雅入驻宁波时尚地标银泰百货鄞州万达店，揭幕植村秀品牌在宁波地区的第二家形象专柜。

shu uemura 植村秀由国际著名彩妆艺术大师植村秀先生创立，他以概念前卫和大胆用色而被公认为彩妆艺术界殿堂级人物，是“风尚妆容”的先驱。传承植村秀先生的彩妆追求与摩登理念，shu uemura 致力于高品质彩妆及护肤系列的研发、日式独特彩妆理念和技巧的创新，以及专属于每一位时尚女性的妆容定制。

作为宁波地区第二家专柜开幕的特别环节，植村秀在宁波万达索菲特大酒店温馨举办媒体沙龙，分享品牌故事和潮流妆容，更带来最新上市的植村秀纤变墨画眼线液及全新植村秀樱花轻肤洁颜油。

摩登入驻 完美开幕

shu uemura 全国销售与培训总监许遵女士和银泰商业浙东区域总经理胡旦文亲临现场，为 shu uemura 全新专柜揭开序幕。shu uemura 全国销售与培训总监许遵女士

小灯泡粉底液和泡沫隔离等 shu uemura 品牌明星单品，植村秀更带来刚刚魅力上市的植村秀纤变墨画眼线液及全新植村秀樱花轻肤洁颜油。全新植村秀纤变墨画眼线液作为植村秀“Eye-conic 眼线潮”系列的第二季主打产品，凭借粗细一笔呈现的完美体验，浓黑似墨的上妆效果成为消费者与专业彩妆师的眼线不二之选。而植村秀的全新植村秀樱花轻肤洁颜油是首款如水般轻透的洁颜油，专为油性肌肤设计，洗净油光、黑头和粉刺，代谢角质，紧致毛孔，带给使用者如樱花拂过般清新享受，一经上市，迅速成为大牌明星、彩妆业内人士及新生代年轻消费者的清洁新宠。

风尚妆容 前沿潮流

活动现场，植村秀中国艺术总监阿治老师为媒体嘉宾和现场消费者演绎了 shu uemura “纤变墨画眼线妆容”，呈现出植村秀“专业、时尚、艺术”的独特气质；并以独特方式，生动展示近期新品全新植村秀樱花轻肤洁颜油轻透如水的质地、先进的植物精萃和植村秀专利性的 URS 黄金清洁系统，更以专业角度，诠释 2014 彩妆潮流和新趋势。